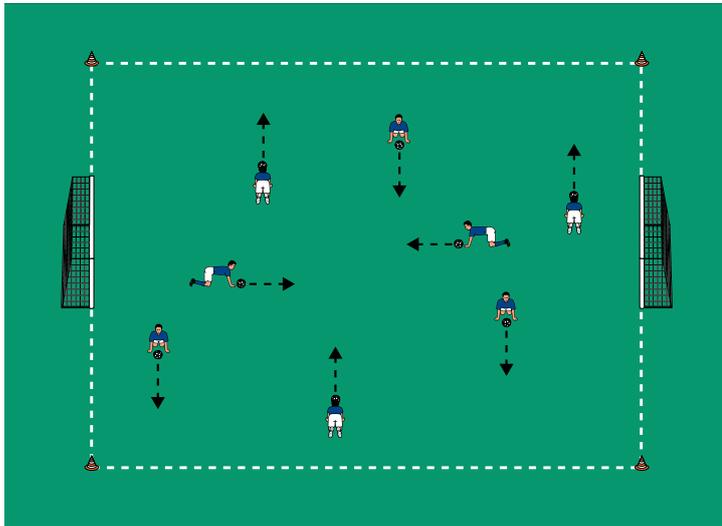


THEMA: FREIES TORSCHUSSTRAINING



SPIEL 1:

RITTERBURG

ORGANISATION

- ▶ Ein Feld der Größe 20 x 15 Meter mit 2 Jugendtoren markieren
- ▶ 1 Ball pro Kind

ABLAUF

- ▶ Die Kinder spielen Ritter, die eine Burg verteidigen. Zunächst verstärken sie die Burg mit großen Steinen, die mit Ochsenkarren zur Burg gebracht werden.
- ▶ Die Kinder laufen auf allen Vieren und bewegen die Bälle mit den Füßen.

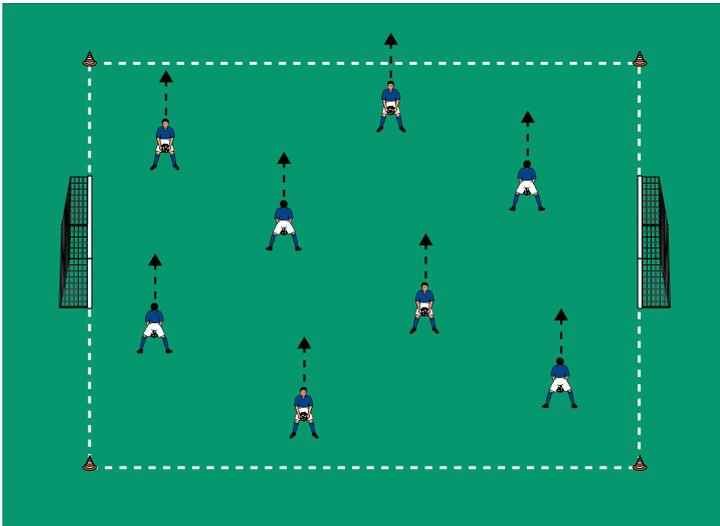
VARIATIONEN

- ▶ Die Bälle mit den Händen bewegen.
- ▶ Auf Trainerkommando kurz eine Hand oder ein Bein heben.
- ▶ Auf Trainerkommando den Ball liegenlassen und einen anderen Ball suchen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Spiel verbessert die Geschicklichkeit.
- ▶ Zugleich findet eine leichte Kräftigung statt.
- ▶ Viele Spiele mit Ball anbieten.

THEMA: FREIES TORSCHUSSTRAINING



SPIEL 2:

PFEIL UND BOGEN

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau nicht verändern

ABLAUF

- ▶ Die Ritter üben mit Pfeil und Bogen.
- ▶ Die Kinder werfen ihre Bälle hoch und fangen sie aus der Luft.

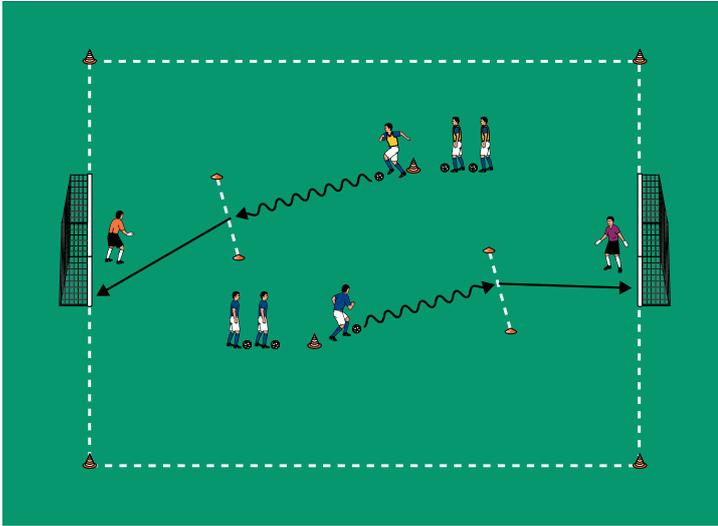
VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Wer fängt zuerst 8 Bälle?
- ▶ Der Ball darf einmal aufprallen.
- ▶ Nach dem Hochwerfen eine halbe/volle Drehung ausführen und den Ball fangen.
- ▶ Zwei Partner werfen sich einen Ball zu.
- ▶ Den Ball mit Knie/Fuß hochspielen und fangen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Ballgefühl wird geschult.
- ▶ Kleine Wettbewerbe motivieren die Kinder.
- ▶ Das Spiel dient als Vorübung für den Torschuss

THEMA: FREIES TORSCHUSSTRAINING



SPIEL 3:

VERTEIDIGUNG

ORGANISATION

- ▶ In etwa 5 Meter vor den Toren leicht schräg Torschusslinien markieren
- ▶ In etwa 12 Meter vor den Toren Starthütchen platzieren
- ▶ Reihen an den Starthütchen bilden
- ▶ Torhüter in die Tore

ABLAUF

- ▶ Die Burg wird überfallen. Die Ritter schießen Pfeile von den Burgmauern.
- ▶ Die Kinder dribbeln nacheinander bis zur Linie und schießen. Danach stellen sie sich gegenüber in die Reihe.

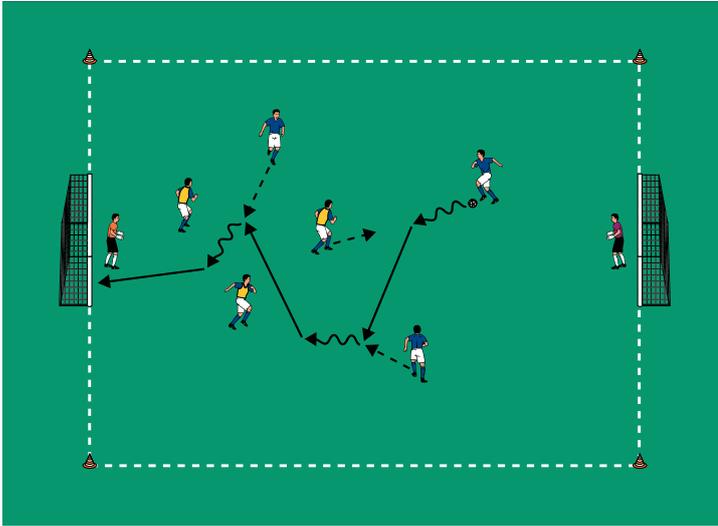
VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Wer erzielt die meisten Treffer?
- ▶ Auf einer Seite mit links, auf der anderen mit rechts schießen.
- ▶ Ohne Torhüter.
- ▶ Ohne Linien.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Torschuss wird geschult.
- ▶ Die Kinder üben aus einer seitliche Position.
- ▶ Auf Beidfüßigkeit achten.

THEMA: FREIES TORSCHUSSTRAINING



SPIEL 4:

RAMMBOCK

ORGANISATION

- ▶ Die Hütchen entfernen
- ▶ Zwei Teams einteilen
- ▶ Mit Torhütern

ABLAUF

- ▶ Die Angreifer bringen Rammböcke zum Burgtor. Die Ritter zerstören sie mit Steinen.
- ▶ Spiel 3 gegen 3.

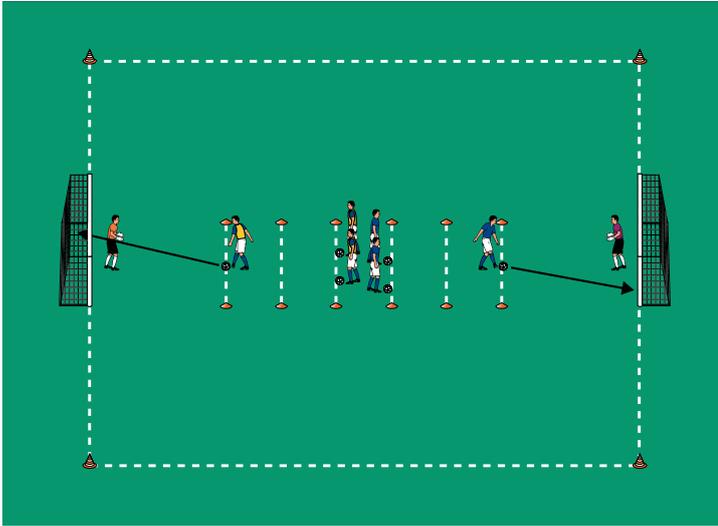
VARIATIONEN

- ▶ 4 gegen 4.
- ▶ Ohne Torhüter.
- ▶ In Über-/Unterzahl spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Fußballspiele in kleinen Gruppen durchführen.
- ▶ Im Wechsel mit und ohne Torhütern spielen.

THEMA: FREIES TORSCHUSSTRAINING



SPIEL 5:

KATAPULT

ORGANISATION

- ▶ Vor den Toren drei Linien in einer Entfernung von etwa 5, 7, 9 Metern markieren

ABLAUF

- ▶ Die Burg ist sicher. Die Ritter vertreiben die letzten Angreifer mit Steinkatapulten.
- ▶ Die Kinder schießen abwechselnd von der 5-Meter-Linie. Wer trifft, steigt eine Linie auf.

VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Wer von der 9-Meter-Linie trifft, gewinnt das Spiel.
- ▶ Wer nicht trifft, steigt ab.
- ▶ Abwechselnd mit links/rechts schießen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Ein Torschusspiel bildet hier den Abschluss der Spielstunde.
- ▶ Bambini noch häufig aus dem Stand schießen lassen.
- ▶ Die Entfernungslinien motivieren die Kinder.